

## **Tratamiento fisioterapéutico de la patología TMC**

**Raquel Cantero Téllez<sup>1</sup>**, Santiago García Orza<sup>2</sup>

1. Centro Tecan. Clínica de la mano. Universidad de Málaga. Departamento de Fisioterapia, Málaga, España
2. Hospital Comarcal de la Axarquía, Málaga, España

### **Ponencia**

La artrosis en la articulación trapecio metacarpiana (TMC) es una patología muy frecuente que causa dolor y debilidad, provocando problemas para el desarrollo normal de las actividades cotidianas (AVD). Diferentes modalidades de tratamiento conservador se han descrito en la literatura.

El objetivo de nuestro estudio es establecer un protocolo de ejercicios específicos para el paciente con artrosis en la articulación TMC basado en la evidencia clínica actual.

Hemos realizado una revisión sistemática de los ensayos clínicos y ensayos clínicos aleatorizados de los últimos 10 años donde se compara la intervención mediante ejercicios con tratamiento conservador sin ejercicio terapéutico consideran las variables dolor, funcionalidad, debilidad muscular y calidad de vida como medida “outcome”.

No fue posible cegar a los participantes al tratamiento a pesar de que en la mayoría de los estudios el terapeuta sí estaba cegado. Determinadas medidas de resultados como el dolor, la función o la calidad de vida son medidas de auto-evaluación, lo cual también debe ser considerado como un sesgo en los resultados.

Tras la intervención con ejercicios en la artrosis TMC solo en cinco estudios se hace referencia a una disminución del dolor. (SMD -0.27, 95% confidence interval (CI) -0.47 to -0.07). Cuatro estudios determinan una mejora en la función tras la intervención con ejercicios (SMD -0.28, 95% CI -0.58 to 0.02). Sólo un estudio evalúa la mejora en la calidad de vida y sus efectos sobre esta variable son inciertos.

Hemos observado que numerosos estudios emplean el abordaje conservador a través de ejercicios para mejorar la clínica de la artrosis TMC, pero determinados sesgos como los tamaños de la muestra de estudio, la imposibilidad de cegar el tratamiento a los participantes o el empleo de medidas de auto-evaluación como la escala VAS para el dolor o la falta de escalas de evaluación de la calidad de vida, hacen que los resultados sean vulnerables.

Acorde a estos resultados, existe una evidencia baja sobre el beneficio de los ejercicios en pacientes con artrosis TMC sobre el dolor y la función. El tamaño del efecto de los resultados es muy pequeño y pocos estudios emplean la mejora en la calidad de vida como medida de resultado.

Basándonos en los estudios descritos y biomecánicos, proponemos un protocolo de tratamiento conservador basado en ejercicios específicos sobre determinados grupos musculares para ayudar a estabilizar la artrosis TMC.

Futuras investigaciones deberán ir orientadas a buscar el efecto que tienen estos programas de estabilización sobre las variables dolor, función y mejora de calidad de vida.